

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	viii
DATAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	6
C. Perumusan Masalah	6
D. Kegunaan Hasil Penelitian	7

BAB II KAJIAN TEORETIK

A. Konsep Penelitian Tindakan	8
B. Konsep Model Penelitian Tindakan	9
1. Perencanaan	13
2. Pelaksanaan Tindakan	16
3. Pengamatan	17
4. Refleksi	17

C. Kerangka Teoretik.....	18
1. Pencak Silat.....	18
2. Teknik Guntingan.....	21
3. Keterampilan.....	40
4. Media Alat Bantu <i>Cone</i>	43
5. Latihan.....	48

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian	50
C. Prosedur Penelitian Tindakan	50
D. Teknik Pengumpulan Data	57
1. Kisi-kisi Instrumen.....	57
2. Jenis Instrumen	59
3. Validasi Instrumen	59
E. Validasi Data.....	60

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian	73
B. Pembahasan Hasil penelitian.....	86

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	94
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA	96
RIWAYAT HIDUP	98
LAMPIRAN	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Penelitian Tindakan	12
Gambar 2.2 Tulang Lengan	26
Gambar 2.3 Otot Lengan	28
Gambar 2.4 Otot Perut.....	29
Gambar 2.5 Tulang Tungkai	31
Gambar 2.6 Otot-otot Tungkai Kaki Tampak Depan	33
Gambar 2.7 Otot-otot Tungkai Kaki Tampak Belakang	33
Gambar 2.8 Sikap Awal Teknik Guntingan	36
Gambar 2.9 Sikap Gerakan Awal.....	37
Gambar 2.10 Posisi Jepitan.....	38
Gambar 2.11 Posisi Guntingan.....	39
Gambar 2.12 Media <i>Cone</i>	47
Gambar 4.1 Hasil Tes Awal	77
Gambar 4.2 Hasil Tes Siklus I.....	88
Gambar 4.3 Hasil Tes Siklus II.....	91
Gambar 4.4 Hasil Tes Keseluruhan	93

DAFTAR TABEL

TABEL 3.1 Penilaian Teknik Guntingan.....	62
TABEL 4.1 Hasil Tes Guntingan	74
TABEL 4.2 Distribusi Hasil Tes Awal Guntingan	76
TABEL 4.3 Distribusi Hasil Tes Siklus I	87
TABEL 4.4 Distribusi Hasil Tes Siklus II	89
TABEL 4.5 Hasil Siswa Berhasil dan Tidak	93

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Program Latihan Teknik Guntingan.....	99
Lampiran 2 Catatan Lapangan Nomor 1	108
Lampiran 3 Catatan Lapangan Nomor 2.....	111
Lampiran 4 Catatan Lapangan Nomor 3.....	114
Lampiran 5 Catatan Lapangan Nomor 4.....	117
Lampiran 6 Catatan Lapangan Nomor 5.....	120
Lampiran 7 Hasil Tes Teknik Guntingan	123
Lampiran 8 Hasil Tes Awal Teknik Guntingan	124
Lampiran 9 Hasil Tes Siklus I Teknik Guntingan.....	125
Lampiran 10 Hasil Tes Siklus II Teknik Guntingan.....	126
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	127
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian	131
Lampiran 13 Surat Balasan Izin Penelitian	132
Lampiran 14 Surat Pernyataan Kolaborator.....	133